

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	御飯	御飯	パン	御飯	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(里芋、葱)	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(若布、麩)	トマトスープ	味噌汁(じゃが芋、若布)	味噌汁(揚げ、大根)
	肉団子のケチャップ煮	温泉卵	五目煮豆	卵の花	チキンオムレツ	白菜と竹輪の煮物	納豆
	ブロッコリーのマヨ和え	絹揚げと舞茸の煮物	なめ茸おろし	青梗菜のお浸し	もやしのツナ和え	春菊のお浸し	小松菜の煮浸し
	ジャム		梅干し	ふりかけ	ジャム	のり佃煮	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	439Kcal	470Kcal	402Kcal	410Kcal	410Kcal	409Kcal	425Kcal
昼	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(かぶ)	すまし汁		すまし汁	赤だし	味噌汁(白菜、椎茸)	味噌汁(もやし、小松菜)
	バナナ	漬物	パイン缶	黄桃缶	洋ナシ缶	漬物	佃煮
	A赤魚のザーサイ蒸し	Aたらの甘酢あんかけ	A鶏肉の味噌焼き・御飯・味噌汁	Aさばの照り焼き	A若鶏の治部煮	Aかれいの焼き浸し	A中華五目豆腐
	B三色そばろ丼	B肉じゃが	Bたぬきそば	B回鍋肉	Bめだいの磯辺揚げ	B鶏肉のチーズ焼き	Bさばの香味焼き
	さつま揚げ煮つけ	冬瓜のそばろ煮	南瓜の煮つけ	里芋の含め煮	南瓜のバター煮	キザミ昆布の煮物	さつま芋のいとこ煮
	マカロニサラダ	青梗菜のお浸し	空豆サラダ	ほうれん草とあさりの和え物	オクラのわさび和え	いんげんのピーナッツ和え	白菜のフレンチサラダ
Aエネルギー	549Kcal	420Kcal	505Kcal	526Kcal	481Kcal	470Kcal	568Kcal
Bエネルギー	573Kcal	489Kcal	484Kcal	515Kcal	557Kcal	503Kcal	592Kcal
おやつ	苺クレープ・牛乳	レディボーデンアイス・牛乳	スイスロール・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	クッキー・牛乳	フルーチェ・牛乳	羊かん・牛乳
おやつエネルギー	150Kcal	243Kcal	152Kcal	100Kcal	225Kcal	103Kcal	147Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁	赤だし	味噌汁(ナス、葱)	卵スープ	味噌汁(キャベツ、えのき)	えび団子スープ	味噌汁(豆腐、葱)
	鶏肉の葱みそ焼き	さわらの塩焼き	白身魚の和布ソース	とんかつ	赤魚の煮つけ	麻婆豆腐	ほっけの塩焼き
	えびと野菜の生姜煮	ゴーヤのオイスター炒め	カリフラワーとピーマンの胡麻和え	茄子の味噌炒め	ほうれん草のお浸し	若布と胡瓜の梅和え	揚げなすの田楽
	漬物	浅漬け	漬物	漬物	漬物	りんご缶	オレンジ
エネルギー	420Kcal	439Kcal	411Kcal	538Kcal	377Kcal	496Kcal	452Kcal

*この施設で使用しているお米は「宮城産 ひとめぼれ」です

*都合により 献立内容や食材が変更する場合がございますのでご了承ください。